

# افزایش خطر سکته قلبی با مصرف زیاد ویتامین B

ویتامین‌ها از جمله مواد مورد نیاز برای تامین سلامت کلی هستند، اما همین ویتامین‌های مفید برای بدن در صورت مصرف بیش از حد می‌توانند عوارض جدی برای سلامت در پی داشته باشند. بر اساس نتایج جدیدترین تحقیقات مشخص شده که سطوح بیش از حد ویتامین B با افزایش خطر حمله قلبی، سکته و سایر عوارض مرتبط است.

آرش نهاوندی: ویتامین B ۳ در اغلب غذاهایی نظیر گوشت قرمز، مرغ، ماهی، برنج قهوه‌ای، آجیل و حبوبات یافت می‌شود. در یک تعداد از کشورهای دنیا نیز غنی سازی یک سری از مواد غذایی اصلی و پایه‌ای مانند آرد، غلات و جو دوسر برای جلوگیری از کمبود مواد مغذی الزامی شده است.

به گزارش هلت نیوز، بر اساس مطالعه جدیدی که نتایج آن در نشریه «نیچر مدیسن» (Nature Medicine) منتشر شده، سطوح بالای ۴PY (محصول تجزیه شده از نیاسین اضافی) ممکن است در ایجاد بیماری‌های قلبی عروقی نقش داشته باشد.

در مطالعات بالینی نشان داده شده که سطوح بالاتر ۴PY به شدت با بروز حمله قلبی، سکته قلبی و سایر عوارض نامطلوب قلبی در مقیاس بزرگ مرتبط است. این مطالعه نشان داد که افزایش ۴PY به طور مستقیم باعث التهاب عروقی می‌شود که به رگ‌های خونی آسیب می‌رساند و می‌تواند منجر به تصلب شرایین یا ضخیم شدن شریان‌ها به دلیل تجمع پلاک در پوشش داخلی شود.

دکتر هازن، رئیس علوم قلب و عروق در مؤسسه تحقیقاتی لرنر کلینیک کلیولند و نویسنده اصلی این تحقیق، در بیانیه ای گفت: این نتایج زمینه را برای توسعه رویکردهای جدید برای مقابله با اثرات سوء مصرف این ویتامین فراهم می‌کند.

علاوه بر این، یافته‌های این مطالعه ممکن است توضیح دهد که چرا نیاسین دیگر یک روش درمانی برای کاهش LDL یا کلسترول «بد» نیست.

این محقق ارشد در ادامه افزود: پس از این تحقیق مشخص شد که نیاسین اضافی باعث اثرات نامطلوب نامشخصی می‌شود که تا حدی با

مزایای کاهش LDL مقابله می‌کند. معتقدیم که یافته‌های ما در این تحقیق به توضیح پارادوکس میان تاثیر درمانی نیاسین و همزمان تاثیر مخرب آن بر قلب و عروق کمک می‌کند.

این یافته‌ها می‌تواند برای توسعه مداخلات و درمان‌های جدید برای کاهش و جلوگیری از التهاب عروقی مورد استفاده قرار گیرد. با این حال، مطالعات طولانی مدت بیشتری برای ارزیابی اثر افزایش مزمن سطوح ۴PY بر آترواسکلروز مورد نیاز است.